

༢༡། ཁ་མོ་རིག་གཞན་གྱི་ས་མིང་མ་ཐོང་བའི་རྒྱུ་  
མཁུ་ས་བད་ཀན་གྱི་རྣམ་གཞག

ཚོས་ཐུག་པ་དང་མདོ་འཛིན་པ། ལྷ་དཔལ།



མ་འབྱུར་གཞུང་བཅུ་ལྔ་པའི་ལྷ་མཚོ་གདག་ཆེན་མོ་ལ་ཕོད་ན་མཁུ་རྒྱལ་ལགས་ནི། 1947མོ་མཚོ་  
ཐུག་པར། ལྷ་མ་མདོ་མཛད་གྱི་སའི་ཆར་གཏོགས་པེ་ལ་ཕོད་རིག་པ་འབྱུར་པའི་ཆོར་ཆེར་རྒྱལ་པོ་མཛད་ས་ཆར་གྱི་ཕྱི་རི་  
མེ་པ་ཏུ་ཐུམ་གྱིང་། བག་ཆགས་དང་དང་མོས་ཀྱི་དབང་གིས་རྒྱུ་རྩལ་གསལ་རྟེན་རིས་མེད་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཐོས་པ་  
མཛད། ལྷ་ག་པར་ལྷ་འབྱུར་པ་གཤམ་གཏོར་གྱི་སྒོར་ལ་ཐུངས་པ་མི་དཔེན་པ་མཛད།

རིག་གནས་གསར་པ་མཛེ་ལི་དབང་གིས་ཁོ་རང་སྒོ་བ་ལྷ་ནས་ཕྱིར་མི་འབྱུང་ག་མེད་ལྷ་ན་ལང་མར་ནང་ལོངས་  
འཛིན་གྱི་སྒོ་བ་ལ་དགེ་པའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་མོ་དཔོན་མཚོ་ག་མོགས་ལྷ་མར་པ་ཐེན་ནེ་ལུས་ལྷ་པ་དང་རྟགས་འབྱུག་ ལྷ་  
ཉིའི་འབྲེལ་ཆེན་མོགས་ལ་བསྐྱབས།

ལྷ་མེ་མ་ཁུ་ཆར་གྱི་སུམ་ཏུ་བདེ་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ལ་མོགས་པའི་དབང་མོ་པ་དང་ལྷ་འབྱུར་རྟེན་པའི་མཛོད་ཆེན་  
བུན་དང་འཛིགས་མེད་སྤྱིར་བས་བཅུ་མས་པའི་ཤོད་དགུ་མོགས་ཐེག་པ་རིས་དགུ་ལ་སྒོ་བ་གཉེར་གནང་། དེ་ནས་ལོ་  
གཉིས་རིང་ཏུ་རོང་པོ་ལྷ་ཆར་གྱི་རྟན་གནས་འབྲེལ་གྱི་ལེ་ལུ་དང་པོ་བསྐྱབས།

རྩོམ་པོ་དགོན་ཆེན་གྱི་དགེ་བཤེས་རྒྱ་མཚོ་དགེ་ཆེན་དུ་བསྐྱེད་ནས་སྐྱོན་རྩོམ་འཛིན་དང་ལག་ཅར་བརྟག་ཐབས་  
སོགས་བསྐྱབ་བ་མ་ཟད་རྒྱུད་བཞི་ལས་ཅ་མདོ་རྩ་མདོ་གཉིས་ཞིབ་དུ་བསྐྱབ་བ་དང་དེ་ནས་ཨ་ཁུ་དབྱིག་གཉིན་ཆང་གི་  
མདུན་ནས་བཤད་རྒྱུད་སོགས་བསྐྱབས་བ་རེད། གཞན་ཡང་ཤིང་བཟའ་རིན་པོ་ཆེ་དང་གཡེར་གཤོང་མཁན་སོའི་སློབ་མ་  
ཉེ་ཤིང་ཨ་ཁུ་འོད་ཟེར་སོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་སྒྲོར་བ་སྐྱོན་གྱི་སྒྲོར་དང་སྐྱོན་དག་སོགས་ལ་བསྐྱབས། མོ་བཙུང་རིང་གི་  
རིག་གནས་གསར་བཞེ་ཡིས་ཁོང་ལ་མོད་ཀྱི་རིག་གནས་སློབ་གཉེར་བྱེད་པར་བཀག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཙོས་ཀྱང་། ཁོང་གིས་  
དཀའ་སྒྱུད་འབད་བཙོན་བརྒྱུད་ནས་ཕྱ་གཞུག་དུ་བྱུང་མཐའ་སོ་སོའི་མཁས་ཆེན་དམ་པ་རྣམས་དགེ་ཆེན་དུ་བསྐྱེད་ནས་ཆང་  
ས། དབུ་མ། བར་ཕྱིན། ལས་རིམ་སོགས་མདོ་ལྷགས་རིག་གནས་དང་བཅས་བར་སྒྲུངས་བ་མི་དམན་བ་བྱས་བས་  
དེར་གི་མཁས་བའི་གཙུག་རྒྱུད་དུ་བྱུང། 1985ལོ་ནས་བཟུང་རྩ་མགྱིན་རྒྱལ་ལགས་ཀྱིས་མ་སྟོ་ཁུལ་འཛོམས་བསྐྱེད་སློབ་  
མིང་ནས་དགེ་ཆེན་གྱི་འགན་བཞེས། སྐབས་དེ་དུས་ཡང་སློབ་གྲྭ་གནང་བ་ཞུས་ཏེ་རྩ་སར་ཐེབས་ནས་མོད་ཀྱི་བརྟེན་ཁོ་  
རྩ་ཆེན་ཆང་གི་མདུན་དུ་རྒྱུད་བཞི་དང་ཕྱ་འགྲུར་རྟིང་མའི་མདོ་སྐྱོ་སེམས་གསུམ། མདོ་སྐྱོ་འབྱུལ་དང་གསང་བ་སྐྱོང་པོ་  
སོགས་ཞུས། གྱི་ལོ་1990ལོར། ཡང་བསྐྱར་རྩ་སར་ཐེབས་ཤིང་། རྒྱུད་ཉེ་བཞིའི་འབྲེལ་ཆེན་སོགས་གཞུང་གྲགས་  
ཅན་དང་ཚོགས་ཆེན་དགོན་གྱི་མཁན་པོ་བཞད་དགའ་ཡིས་མཛད་པའི་སྒྱུད་འཇུག་ཆེན་པོའི་འབྲེལ་བ་སོགས་ལ་ཐོས་  
བསམ་མཛད།

གྱི་ལོ་1998ལོར། མཚོ་སྔོན་གསེར་རིག་སློབ་མིང་གི་མགོ་ཁྲིད་དང་དགེ་སློབ་གང་མང་གི་རེ་འདུན་ལྟར། སློབ་  
མིང་དེ་གར་ཐེབས་ཏེ་དགེ་ཆེན་ཆེན་པོའི་འགན་བཞེས་ཤིང་། ཕྱ་གཞུག་དུ་མཚོ་སྔོན་སློབ་གྲྭ་ཆེན་པོའི་གསེར་རིག་སློབ་  
མིང་གི་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དང་འབྲུམ་རམས་ཞིབ་འཇུག་སློབ་མའི་མཚུབ་སྟོན་དགེ་ཆེན་གྱི་འགན་བཞེས་བ་རེད།

## ཐེང་གཞི།

གཞིགས་སོ་བ་ལྟར་རྒྱས། ལྷ་ཁམས་བཟང་། ཐེང་ཆོས་དུས་ལྟར་ཐེང་ཐེགས་ལེ་ཆོན་ལ་གཞིགས་པར་དགའ་བསྟེ། ལྷ་གྱིས་མཆོན་གསལ་ལྟར་ཐེངས་ལྟོན་པའི་ཐེང་ཐེགས་ལེ་ཆོན་ཁག་དུ་མོད་ཀྱི་གསོ་བ་དུག་པའི་ཆེད་མཁས་པ་སྟོར་ཞིག་གདན་ཐངས་ཏེ་ཐོད་ལྷགས་གསོ་དུག་གི་སྟོར་ལ་བཟོ་ཐེང་གང་མང་བྱས་ཏེ་ཡང་། གལ་པོ་ཆེ་ལ་ནན་ནན་དང་། དམ་བཅའ་ཆོས་ལ་བརྒྱུ་ཆར། ཞེས་པ་ནང་བཞིན་དེ་དེ་གི་ལེ་ཆོན་དུའང་རྩོམ་མཆོ་སྟོན་སྟོན་ཆེན་པོད་ལྷགས་གསོ་དུག་སྟོན་ཐེང་གི་སྟོན་དཔོན་ཆེན་པོ་རྩ་མཁྱིམ་རྒྱལ་ལགས་དང་ལྟན་དུ་ཡང་བསྐྱར་ཐོད་ལྷགས་གསོ་བ་དུག་པའི་རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་སྟོར་ལ་བཟོ་ཐེང་ཐེང་།

## ཁག་དང་སྟོ།



མདོ་འཛིན་པ།

འོ་ལགས་སོ། འདིར་ཆན་ལགས་ལ་ཁྱེ་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། དེར་སྐབས་མི་འགའ་རེས་ཐོད་ལྷགས་སོ་བ་དུག་པས་ནད་རིགས་ངོས་འཛིན་སྟགས་གང་ཡིན་ཡང་རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་ལས་མི་

ཆན་ལགས་ཀྱིས་འདི་མཇུག་ལ་དགོངས་བཞིན་གང་འདྲ་གནང་གི་ཡོད་དམ།

སྒྲིབ་དཔྱད་ཆེན་མོ་ཙུང་ལྷན་ཀྱིས།

འོ་དེ་ལ་ཁག་མི་འདུག་ཏེ། རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་ནི་བོད་ལྷགས་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་གི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ཀུན་ལ་བྱལ་ཡོད་པས་ཁ་བྱང་ལ་སོང་བ་རེད་ལ། དེ་བས་བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ཅེས་བརྗོད་དུས་རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་ལ་གོ་བ་ནི་རང་མི་རིགས་པར་ཟད། ཐ་ན་མི་རིགས་གཞན་གྱིས་བྱང་ཤེས་དང་མ་ཤེས་གང་ཡིན་ཅུང་རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་ཞེས་བརྗོད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གྱི་དོན་ལ་ང་ཚོས་དུས་ལྷན་རིང་བོར་སློབ་སྦྱང་བྱས་པ་ལྟར་ན། འོ་བཞི་དང་ལྷ་ལ་སྦྱང་བ་ཙམ་གྱིས་དེའི་དོན་གྱི་གཏིང་མི་དཔོག་པས། ཤེས་ལོ་དང་ཐོས་ལོ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཁ་ལ་ཐོན་ཆོད་དང་ལེམས་ལ་བྱན་ཆོད་བཤད་པས་མི་ཅུང་དོ། །

དེས་ན་ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་གང་ཡིན་ཟེར་ན། རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་ནམ་གཞག་ནི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་སྤྱི་དང་བྱུང་པར་གསོ་རིག་གང་ལའང་མེད་པའི་བོད་ལྷགས་གསོ་རིག་གི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། སྤྱིར་རང་ཅག་གི་ལྷན་འདི་གཞོད་བྱ་ཁམས་དང་གཞོད་བྱེད་ཉེས་པ་གཉིས་ཀྱིས་བྱལ་ཅིང་། དེ་ལས་གཞོད་བྱ་ཁམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷན་བྱངས་བདུན་ཏེ་དྲངས་མ་དང་། འཁྱུག་ཤིང་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། སྤྱིར་རང་ཅག་གི་ལྷན་འདི་གཞོད་བྱ་ཁམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ་དྲངས་མ་དང་། འཁྱུག་ཤིང་ཆོས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་ཞེས་བརྗོད་དུས་སྤྱི་མིང་གི་བྱུང་ཆོས་ལ་བཏགས་པ་ཡིན་ཞིང་། བྱེད་བྱུང་བརྗོད་ན་རང་ཅག་གི་ལྷན་ལ་ནད་རིགས་གང་ཞིག་བྱང་ཡང་དེའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ནི་རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་ཡིན་པ་དང་། སློང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་དུས་གདོན་ཟས་སློང་བཞི་ཡིན། དེ་ལྟར་རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་ནད་ཀྱི་ནམ་གཞག་དཔག་དུ་མེད་པ་ཞིག་འབྱུང་ཡང་། མདོར་དེད་ན་རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་ལས་འདའ་མི་སྤྱིད་དེ། རང་ཅག་གི་ལྷན་ལ་བྱང་བའི་ནད་ཅིག་ཡིན་ཕྱིན་ཉེས་པ་གསུམ་གྱི་

ཉིད་རྩ་མ་ཐབས་པར་གཞན་གང་ལའང་ཐབས་པའི་གནས་མེད་ལ། རང་ཅག་གི་གསོ་རིག་འདི་ལྟོན་  
གྱི་རྩ་མ་གྲུ་རྣམས་མཁྱེན་ཡི་ཤེས་གྱིས་གཏན་ལ་མཐ་པས་ཉེས་པ་གསུམ་རྩ་གྲངས་དེས་པ་ལས་གཞན་  
པའི་ནད་གྱི་རྣམས་གྲངས་གང་ཡང་གསར་གཏོད་གྲང་མི་དགོས་པར་རྒྱུད་གཞུང་རྩ་མི་སྤྱད་གསུངས་པ་  
དེ་བཞིན་ལག་རྩ་གྲངས་པས་འབྲུལ་བའི་གནས་མེད་དོ། །

ཁྱེན་བཞི་ཞེས་པ་རུང་ཟད་ཅིག་བཞེད་ན། རྩ་དམན་ལྷག་ལྷག་པ་དང་། གདོན་གྱི་བྱར་  
བ། ཟས་འཕྲོད་མི་འཕྲོད། སྦྱོད་ལམ་དམན་ལྷག་ལྷག་གསུམ་གང་རུང་གིས་ཉེས་པ་གསུམ་གྱི་རང་གི་  
ཐ་མལ་རྩ་གནས་པའི་ལྡང་ཆད་ལས་འཕེལ་ཟད་འབྲུགས་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམས་པར་བྱར་ཉེ་ནད་གྱི་  
རྣམས་གྲངས་དཔག་རྩ་མེད་པ་ཉེ་འབྲིང་རྩ་ཁྱེས་ན་ནད་རིགས་རྒྱག་སྤྱོད་རྒྱག་བརྒྱ་བརྒྱ་རྒྱག་དང་། རྩ་  
པར་ཁྱེས་ན་ཉེ་མོངས་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྤྱོད་ཡོད་པ་མི་བཞིན་རང་གི་རིག་པས་འཆུན་ན་ནི་ནད་  
རིགས་གྲང་བརྒྱད་ཁྱི་སྤྱོད་རྩ་དབྱེར་རུང་དོ། །

མདོར་ན་རྒྱུད་མཁྱིམ་པད་ཀན་གསུམ་ནི་སྤྱི་མིང་ཞིག་ཡིན་ལ། དེའང་དེ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཉི་  
ལྟའི་ཉིད་རྩ་འབབ་དགོས་ཤིང་། མཚན་ཉིད་ཉི་ལྟ་པོ་དེ། བྱལ་པ་ལུས་ཀྱི་གནས་ལས། རྒྱུད་གི་ལྡང་  
ཆད་རང་གི་སྤང་ལྷག་གང་། །མཁྱིམ་པའི་ལྡང་ཆད་རང་གི་གསང་སྤྱོད་གང་། །པད་ཀན་ལྡང་ཆད་རང་  
གི་སྤྱི་མ་པ་གསུམ། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་བཞིན་ཐ་མལ་རྩ་གནས་པ་ལ་ནད་མེད་ཅེས་བྱ་ཞིང་། རྣམ་ཞིག་  
ཁྱེན་རྩ་མ་གདོན་ཟས་སྦྱོད་བཞི་གང་རུང་གིས་ཁྱེན་པས་རང་གི་ཐ་མལ་གྱི་ལྡང་ཆད་ལས་འཕེལ་ཟད་  
འབྲུགས་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམས་པར་བྱར་ན་ནད་ཅེས་བྱ་བས། དོན་ལ་ནད་གང་ཞིག་གསོ་བའང་  
རྒྱུད་མཁྱིམ་པད་ཀན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཉི་ལྟ་པོ་རང་གི་ལྡང་ཆད་ལས་འཕེལ་བ་འགྲིབ་པ་དང་། ཟད་པ་  
གསོ་བ། །འབྲུགས་པ་བསྐྱེད་པ་ལས་མ་འདས་ལ། གསོ་ཐབས་ཞེས་པའང་དེ་ཡིན་ནོ། །

མདོ་འཇིན་པ།

འོ། །ལགས་སོ། རྒྱུར་གསོ་རིག་གང་ཞིག་སྤྱོད་ཡང་། གསོ་བྱའི་ལུལ་དེ་གསལ་བོ་ཞིག་དེས་དགོས་  
པས། དེས་ན་བྱལ་པ་ལུས་ཀྱི་རྣམས་གཞག་འདིའང་ཉ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་གསོ་རིག་  
གཞན་རྩ་རང་ཅག་གི་ལུས་འདི་བྱལ་པ་ལ་ས་མའི་ཁུ་ཁྱག་གཉིས་འདྲེས་པ་ལས་བསྐྱེད་པར་འདོད་པ་  
རེད། འོན་ཀྱང་རང་ཅག་བོད་ལུགས་གསོ་རིག་ལྟར་ན་མིའི་རྩལ་པ་མའི་ཁུ་ཁྱག་དང་རང་གི་ཤེས་པ་  
སྡུ་མ་ཉེ། ཁུ་ཁྱག་སེམས་གསུམ་འཛོག་པས། གསོ་རིག་གཞན་གྱིས་པ་མའི་ཁུ་ཁྱག་ཁོ་ནས་ལུས་བསྐྱེད་  
པར་འདོད་པ་དང་བོད་ལུགས་ཀྱིས་ཁུ་ཁྱག་སེམས་གསུམ་རྩ་འདོད་པའི་ཁྱད་པར་ག་འདྲ་ཡིན་པའི་

མེད་དཔལ་ཆེན་མོ་ན་མཁུན་རྒྱུ་

དེ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པར་གསོ་རིག་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཐུན་མོང་  
མ་ཡིན་པའི་བྱང་ཆོས་ཡོད་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རིང་རྒྱ་ཞེས་པ་ཞིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད་དེ། རང་ཅག  
གི་ལུས་འདི་མ་ཆགས་པའི་ཐོན་ཏུ། བྱ་བྱག་གཉིས་མི་བཟོད་དེ། དེ་གཉིས་པ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་  
དགོས་ལ། དེ་ཅུང་ཟད་ལྷ་བའི་མོ་ནས་བཤད་ན། རྒྱང་ལ་སྲོག་གི་རྒྱང་དང་། ལྷ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱང་། མེ  
མཉམ་གྱི་རྒྱང་། བྱེན་རྒྱུའི་རྒྱང་། ཐུར་སེལ་གྱི་རྒྱང་བཅས་ཅ་བའི་དབྱེ་བ་ལྷ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལས་སྲོག་  
གི་རྒྱང་ནི་ཐུན་མོང་གསོ་རིག་གི་གཞུང་ལྟར་ན་རང་ཅག་གི་སྤྱོད་རྒྱུ་གནས་ཤིང་། ཐུན་མོན་གསང་  
ཐུགས་ཀྱི་གཞུང་ལྟར་ན། སྤྱིང་གར་གནས་པར་བཤད་ཅིང་། དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་ལ། སེམས་  
དང་དབྱེར་མེད་ཏུ་འདྲེས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་གནས་ཡོད། དེའི་ཕྱིར། རང་ཅག་གི་ལུས་འདི་མ་ཆགས་པའི་  
ཐོན་ཏུ་པ་སེམས་མ་ལ་ཆགས་ཤིང་མ་སེམས་པ་ལ་ཆགས་ཏེ་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཏུ་འདྲེས་པའི་སྲོག་གི་  
རྒྱང་དང་སེམས་གཉིས་དཔེར་ན་གཡའ་དག་པའི་ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱང་གཡུགས་ཤིང་སྤྱིན་འབྲིགས་  
པ་ནང་བཞུགས་གཡོ་བ་ནི་ལུས་ཆགས་པའི་རྩ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་སྤྱིན་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
དང་ལྟན་པའི་བྱས་ན་པ་མའི་ཁྱ་བྱག་ལ་འབྱུང་བ་སའི་རྒྱང་དང་། རྒྱུའི་རྒྱང་། མའི་རྒྱང་། རྒྱང་གི་  
རྒྱང་། བམ་མཁའི་རྒྱང་བཅས་ཀྱན་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྤྱོད་སྲོག་གི་རྒྱང་ཞེས་པའི་ཁམས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་  
འཛིན་པ་ནི་མངལ་གནས་ཐོག་མར་ཆགས་པའི་མགོ་བརྩམས་པའོ། །

འཛམ་གླིང་ཏུ་གསོ་རིག་གི་ལུགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་ལ་སོ་སོར་རང་རང་གི་གཞུང་ལྟར་  
བཞེད་རྒྱལ་མི་འདྲ་བ་མང་ཏུ་སྤང་ཡང་། གང་ལྟར་རང་ཅག་བོད་ལུགས་གསོ་རིག་གིས་སྲོག་ཆགས་  
པའམ་མངལ་གནས་གང་ཐོག་མར་ཆགས་པའི་ཐོག་མ་ནི་པ་མའི་ཁྱ་བྱག་གི་དབར་ཏུ་སྲོག་གི་རྒྱང་  
ཞུགས་པའི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ནས་འཛིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རིམ་གྱིས་བདུན་ཕྱག་རེ་རེར་ལས་ཀྱི་རྒྱང་མི་  
འདྲ་བའི་བྱེད་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་གོར་གོར། མེར་མེར། བར་བར། ཉའི་གནས་སྐབས། རུས་སྤལ་གྱི་  
གནས་སྐབས། ཕག་གི་གནས་སྐབས་ཞེས་རིམ་བཞིན་འཕེལ་ཞིང་། དེ་ནས་མིག་ན་སྤྱོད་ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་  
མཆེད་རྣམས་དོད་ལ། དེ་ནས་མིག་གི་དབང་བོ་སོགས་ལྷའི་བདག་སྤྱིན་དང་། རྣམ་ཤེས་ཆོགས་བྱག་  
པོ་འགགས་མ་ཐག་པའི་དེ་མ་ཐག་སྤྱིན། རྒྱུའི་སྤྱིན་ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། དམིགས་སྤྱིན་ཏེ་  
གཞུགས་སོགས་སྤྱོད་མཆེད་བྱག་པོ་རྣམས་འཛིན་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སོགས་སྤྱོད་  
བྱག་གི་ཤེས་པ་འབྱུང་ལ། མདོར་ན་རང་ཅག་གི་ལུས་ཆགས་པའི་རྒྱ་བྱེད་ཁོ་ནར་བྱས་ན་མི་ཅུང་

ཉི། ཁྱུ་ཁྱོད་འབྱུང་བའི་རྩ་བ་ཆགས་ལེམས་ཡིན་ལ། ཆགས་ལེམས་ནི་རྩ་ཉོན་ཡིན་ཞིང་། ཉོན་མོངས་  
པའི་རྒྱུ་དེ་ལ་མ་བཞེན་པར་གཡོ་བར་མི་རྒྱས་པ་དང་། གཡོ་བའི་ཆ་ནས་རྒྱུ་དང་། གསལ་བའི་ཆ་  
ནས་ཤེས་པ་ཞེས་བཏགས། ཤེས་པ་དང་རྒྱུ་གཉིས་ལྟ་བུ་འཛིན་ཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་ལ་སྒྲིག་གི་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་  
ལ། རྒྱུ་ལེམས་དབྱེར་མེད་གྱི་ཤེས་པ་ཞེས་བྱང་བྱའོ།

མན་འཛིན་པ།

རེད་རེད། བྱིད་གྱིས་གོང་ཏུ་གསུངས་པ་ནི་སོད་ལྷགས་གསོ་རིག་གི་བྱ་བ་པ་ལུས་སྒྲིམ་གྱི་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་བཞེད་ལྟངས་ཤིག་ཡིན་ནམ།

སྒྲིབ་དཔོན་ཆེན་མོ་རྩ་མཁྱིན་ཆུལ། དེ་ནི་སོད་ལྷགས་གསོ་རིག་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གསུང་  
ལྟངས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། གསོ་རིག་གཞན་གྱིས་དེ་ལྟར་མི་བཞེད་པར། ལ་མའི་ཁྱུ་ཁྱོད་འབྱུང་པ་ཙམ་གྱིས་  
བྱུང་བའི་དབྱུང་ཆས་དག་ལ་བཞེན་ནས་སྤངས་ཀྱི་རིག་པའི་སྤྱོད་ནས་བཤད་པ་མ་གཏོགས་རྒྱུ་  
མཐིམ་བད་ཀན་གྱི་མིང་ཙམ་ཡང་བཞེད་མི་རྒྱས་ལ། རང་ཅག་གསོ་རིག་གིས་རྒྱུ་མཐིམ་བད་ཀན་  
གསུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ཉི་ཤུ་རྩ་ཆེར་བཤད་གྱི་ཡོད་པས། དངོས་འབྱེལ་གསོ་རིག་གཞན་གང་གིས་  
བྱང་སྤོང་མ་ལྷོང་བ་དང་། གསོ་རིག་གཞན་གྱིས་ནི་རྒྱུ་མཐིམ་བད་ཀན་ཞེས་མི་བཞེད་པར་གོང་ཏུ་  
བཤད་པ་ལྟར་བྱུངས་བུན་ཏེ་དྲུངས་མ་དང་ཁྱག་ཤ ཆོལ། རུས་པ། རྩང་། ཁྱ་བ་བཅས་གྱི་སྤངས་  
རྣམས་རྩེ་སྤེ་སྤེར་བཏང་སྟེ་དེ་དག་གི་བྱེད་ལས་གང་ཡིན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་གྱི་ཡོད་མོད། གལ་ཏེ་  
རྒྱུ་མཐིམ་བད་ཀན་གསུམ་མེད་ཆོ་བྱངས་བུན་གྱིས་བྱེད་རུས་འདོན་པའི་གནས་མེད་དེ། རྩ་མཆན་  
ནི་རྒྱུ་མཐིམ་བད་ཀན་གསུམ་གྱིས་ནི་དང་པོ་རང་ཅག་གི་ལུས་ཆགས་པའི་རྒྱ་དང་། བར་ཏུ་ཡུན་  
རིང་ལ་གནས་པའི་རྩ་བ་འང་དེ་རྣམས་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་དང་། ཐ་མར་འཆི་བའི་རུས་སྤྱུང་དང་  
པོ་དབྱགས་ཆད་འགོ་བ་དང་མཉམ་ཏུ་རྒྱུ་བཟུས་པ་ཡིན་ལ། བར་ཏུ་ལུས་ཕྱི་ནང་གི་རྩྱ་ཡལ་བས་  
མཐིམ་པ་བཟུས་པ་ཡིན། ཐ་མར་རྣམ་ཤེས་དང་བྲལ་བའི་རྩ་ཞེས་ལེམ་པོ་གང་འབྱུང་བ་བཞི་གང་  
རུང་གི་ཁམས་ལ་འཐིམ་པས་བད་ཀན་ཡང་བཟུས་པས་སོ། །དེས་ན་རྒྱུ་མཐིམ་བད་ཀན་གསུམ་ནི་  
རང་ཅག་གི་ལུས་འདི་དང་པོ་ཆགས་པའི་རྒྱ་དང་། བར་ཏུ་གནས་པའི་རྒྱ། ཐ་མར་འཛིག་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
ལ། རང་ཅག་གནས་པའི་རུས་ན་ནད་རིགས་གང་ཞིག་བྱུང་བ་ཡང་དེ་གསུམ་གྱིས་ཉེ་བར་མ་སྤངས་  
པར་གང་བྱུང་ཏུ་འབྱུང་མི་སྲིད་པ་དང་། དེ་ལྟ་མིན་ན་རྣམ་ཤེས་དང་བྲལ་བའི་རྩ་ཞིག་གི་སྤྱོད་ཏུ་  
ནད་གང་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་གསོ་རིག་གང་གིས་བྱང་བཞེད་ཏུ་མེད་ལ། དེས་ན་གསོན་པའི་རུས་

ན་ནད་གང་ཕྱང་བའང་རྒྱང་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཉི་ཤུས་སྤྱི་གཙུག་ནས་རྒྱང་མཁྱིམ་  
བར་དུ་མ་ཁྱབ་པ་མེད་པས་དེས་ཉི་བར་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །

མདོ་འཛིན་པ།

ཀྱན་གྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར། ན་ནིང་ཆམ་རིམས་ཚབས་ཆེན་ཞིག་ཕྱང་བར་ལ་ལས་ཁྱིམ་ཉིད་ནས་  
ཕྱང་བ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པར་ཆུན་ལགས་ལ་བསམ་ཚུལ་གང་འདྲ་ཡོད་དམ།

སྤྱང་དཔྱད་ཆེན་མོ་ན་མགྱིན་བྱུལ།

དེ་ལ་རྒྱུན་ཞེས་བྱ་སྟེ། འོན་ལ་གདོན་རྒྱུན་ཡིན་ལ། མོ་སྤྱོ་མོར་བཤད་ན་གདོན་ནི་བྱེད་པ་ཙམ་  
གཙོ་མོ་ཡིན་པ་དང་། བྱེད་ལས་ནི་དེའི་སྟེང་གི་དུག་ཡིན་ལ། དཔེར་ན་གཟུང་ནད་ལྟ་བུར་མཚོན་  
ན། གཟུང་ནི་འབྱུང་བ་ལྟའི་དྲངས་མའི་དུག་གིས་གྲུབ་ལ། བྱེད་པ་ཙམ་ནི་གཟུང་རང་ཡིན་ལ། བྱེད་  
པ་ནི་དེའི་སྟེང་གི་དུག་ཡིན་ཞིང་། དུག་དེ་གང་ལ་སོག་ཅིན། ལྷས་ལ་རང་ཆས་སུ་གནས་པའི་རྒྱང་  
མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་སོག་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་དུག་ལ་ས་དུག་དང་། རྩ་དུག་མེ་དུག་རྒྱང་  
དུག་སོགས་སུ་དབྱེ་བའང་དོན་ལ་གཟུང་གང་ལྷས་ཀྱི་རྒྱང་མཁྱིམ་བད་ཀན་གང་རྒྱང་གིས་ཉི་བར་  
སྤངས་པའི་སྟབས་ཀྱིས་ཡིན། རྒྱང་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་ནི་དོན་གྱིས་འབྱུང་བ་ལྟ་ཡིན་ཏེ། ས་རྩ་  
གཉིས་བད་ཀན་ཡིན་པ་དང་། མེ་ནི་མཁྱིམ་པ། རྒྱང་ནི་རྒྱང་ཡིན། དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་དེ་  
འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། དབང་པོ་མདོན་སུམ་པས་དངོས་སུ་མི་མཐོང་བས་ཁ་ཅིག་གིས་དེ་ལྟར་ཁས་མི་  
ལེན། དཔེར་ན། བྲག་ཆད་ཅིག་ཕྱང་བའི་དབང་དུ་བཏང་ན། བྲག་མཐོ་བས་བྲག་ཆད་ཕྱང་བ་རེད་  
ཅེས་བརྗོད་མོད། དོན་ལ་བྲག་ཆད་ཕྱང་བ་དེ་ལའང་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིག་ཡོད་དེ། རྒྱང་མཁྱིམ་བད་ཀན་  
གསུམ་རང་གི་ལྷང་ཆད་དང་ལྷན་པའི་དུས་སུ་བྲག་འཁར་བ་དང་། ཅུ་ཁ་བྱེ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནམས་ཀྱང་  
བར་སྤང་ན་རྒྱ་ཞིང་སྤྱ་ཞིང་སྤྱ་བའི་ལྷས་དང་ལྷན་པའི་གཟུང་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་སྟོན་གྱི་དུས་སུ་  
རྒྱལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཐག་བཅད་པས་སོ། །མདོར་ན་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ལན་ཆགས། རྒྱུ་ཐུབ་ཆད་ཀྱིས་དེ་  
དང་དེ་ལྟ་བུའི་ནད་ཕྱང་བ་ཡིན་ལ། འདིར་ཐུབ་ཆད་ཅེས་པ་གང་ཞིན། གཟུང་ལ་སོགས་ཤིན་ཏུ་  
སྤྱ་བའི་ལྷས་གང་ཞིག་རང་ཅག་སོ་སོ་རྒྱུ་པོའི་དབང་པོའི་ལྷལ་དུ་མ་ཕྱུར་བ་རང་རང་གི་ཁམས་དང་  
མཐུན་པར་ཡར་མར་རྒྱ་བའི་དུས་སུ་རང་ཅག་གི་ལྷས་དང་ཐུག་འཕྲད་ཕྱང་བ་ལ་བྱའོ། །

ལོ། ལགས་སོ། རང་ཉིད་ཀྱིས་གོ་ཐོས་ལྟར་ན། རང་ཅག་སོད་ལྷགས་གསོ་རིག་གི་གཞུང་དུ་ནད་  
གྱི་འབྱུང་རྒྱུ་ནི་འབྱུང་བ་བཞི་ཡིན་ཞིང་། ནད་རིགས་གང་གསོ་བའང་འབྱུང་བ་བཞིར་བརྟེན་ནས་  
གསོ་དགོས་པར་བཤད་གྱི་ཡོད་པོད། དེར་སྐབས་མི་ཁ་ཅིག་གིས་ནི་ཐུག་འགྱུར་ལ་མ་བརྟེན་པར་མྱ་  
སྐྱོན་དང་ལྷུ་ཕུ་ཐང་སྐྱོན། ཐོ་སྐྱོན་ཙམ་གྱིས་ནད་གསོ་མི་རུས་པར་བརྟེན་པའི་ཐད་ལ་གན་ལགས་  
ལ་བསམ་ཚུལ་གང་འདྲ་ཡོད་དམ།

སྒྲོ་བ་དཔོན་ཆེན་མོ་རྩ་མཁྱིན་རྒྱལ།

དེ་ལ་དཔལ་ལྷན་རྒྱུད་བཞིའི་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་གཏད་པའི་ལེའུ་ལས། འགྲོ་བའི་ལུས་འདི་འབྱུང་བ་  
བཞི་ལས་གྲུབ། །གསོ་བྱའི་ནད་ཀྱང་འབྱུང་བ་བཞི་ཡིས་བསྐྱེད། །གཉེན་པོའི་སྐྱོན་ཡང་འབྱུང་བཞིའི་  
རྩ་ལ་ཉིད། །ལུས་ནད་གཉེན་པོ་བདག་ཉིད་གཅིག་པར་འབྱེལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཅག་གི་  
ལུས་ནི་འབྱུང་བ་བཞིས་མ་གྲུབ་པ་མེད་དེ། འབྱུང་བ་བཞི་ཡོངས་སུ་ཆང་བས་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
རྣམས་མ་ཆང་ཆོ་ལུས་འདི་གྲུབ་མི་སྲིད་ལ། བྱི་རོལ་གྱི་རྩ་དང་ཅི་ཤིང་ཐོ་རྣམས་ཀྱང་མི་སྐྱེ། དེའི་  
ཕྱིར། རང་ཅག་གི་ལུས་འདི་ལ་འབྱུང་བྱུར་གྱི་ལུས་ཞེས་བརྟེན་དེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རང་ཅག་གི་  
ལུས་ནི་རྩ་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་ཁོད་སྟོམས་པ་ལས་གྲུབ་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་བྱི་རོལ་གྱི་འབྱུང་བ་  
བཞིས་གྲུབ་པའི་རྩ་དང་ཅི་ཤིང་། ཐོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལུས་ལ་ཕན་གནོད་གྱི་དོན་བྱེད་རུས་ཏེ། ལུས་  
གཞུགས་ཡིན་ལ། རྩ་དང་ཅི་ཤིང་། ཐོ་རྣམས་ཀྱང་གཞུགས་ཡིན་པས་གཞུགས་ཀྱིས་གཞུགས་ལ་གནོད་  
བྱུར་བྱུང་བས་སོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་བྱི་རོལ་གྱི་གཞུགས་གང་གིས་ཀྱང་ཕན་  
གནོད་གྱི་དོན་བྱེད་མི་རུས་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་གཞུགས་མིན་པས་སོ། །དེའི་ཕྱིར། ལུས་ལ་འཕེལ་  
ཟད་འབྱུགས་པའི་ནད་གང་བྱུང་ཡང་། རྒྱང་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ཉི་ཤུ་པོ་རང་  
གི་ཐ་མལ་གྱི་ལྷང་ཆད་ལས་རྣམ་པར་བྱུར་ཏེ་ཡར་འཕེལ་བའམ་མར་འགྱིབ་པ། ཕན་ཚུན་འཐབ་  
པའམ་འབྱུགས་པ་གང་ཡིན་ཀྱང་འབྱུང་བ་བཞི་ལས་མ་འདས་ལ། ས་སྟེང་སྐྱོན་མིན་ཅི་ཡང་ཡོད་  
མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་བཞིས་མ་གྲུབ་པ་མེད་ལ། འབྱུང་  
བས་གང་བྱུང་ལ་དེའི་རུས་པས་མ་བྱུང་པ་མེད་པས་རྩ་དང་ཅི་ཤིང་། ཐོ་རྣམས་ཀྱང་འབྱུང་བ་བཞིས་  
བསྐྱེད་ན། འབྱུང་བས་འབྱུང་བར་ཕན་གནོད་གྱི་དོན་བྱེད་རུས་པས་སོ། །དེ་བས་ནད་གང་ཞིག་གསོ་  
བ་ལ་ཐུག་འགྱུར་དང་རིན་པོ་ཆེ་སྟགས་ཅ་ཆེན་གྱི་སྐྱོན་རྣམས་ཡིན་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་པར་རྩ་  
དང་ཅི་ཤིང་། ཐོ་རྣམས་ཀྱིས་གསོ་བར་རུས་ཏེ། དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ནད་གྱི་རྩ་ལེགས་པོ་ཞིག་འཛིན་

ཐུ་ཤིན་ཏུ་གཡ་ཆེ་ལྟེ། དཔེར་ན། ཚ་བའི་ནད་ཅིག་བྱང་བའི་དབང་ཏུ་བཏང་ན། མཁྱིམ་པའི་མཚན་  
ཉིད་ཀྱི་ཐུར་ལྷུ་མ་བཅས་དང་། རྗེ་བ། ཚ་བ། ཡང་བ། དྲི་མན་མ་པ། འབྲུ་བ། གཤེར་བ་བཅས་བདུན་  
ལས་གང་ཞིག་འཁེལ་བྱས་པ་ལྟར་གསུམ་ཏུ་གྱུར་བ་ལས་བྱང་བར་ངོ་འཛིན་གནད་ཏུ་ཐིངས་པ་  
བྱེད་དགོས་ལ། གཡ་ཏེ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐུར་ཚ་བ་ཤས་ཆེ་བས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་བསེལ་བའི་ཡོན་ཏན་  
དང་ལྡན་པའི་ཚེ་སྤྲོད་དང་། ཅི་སྤྲོད། ཤིང་སྤྲོད་གང་ཅུང་གིས་ཞི་བར་འགྱུར་ལ། ཡང་ན་རྗེ་བ་ཤས་  
ཆེ་བས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་རྩལ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་སྤྲོད་གང་ཞིག་བསྐྱེད་ན་ཞི་བར་འགྱུར་  
བའོ། །དེའི་ཕྱིར། རང་ཅག་བོད་ལུགས་གསེ་རིག་གི་ལས་ལ་འཇུག་མཁན་ཁ་ཅིག་གིས་ནད་གང་ཞིག་  
བྱང་མ་ཐག་ཇུས་འགྱུར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྲོད་སྟེན་སྤྲོད་མུ་ཅ་ཆེན་དག་ལ་བསམ་སྟོལ་གཏོང་བ་ནི་  
རང་ཅག་གསེ་རིག་གི་གཞུང་ལ་འདྲིས་ཆ་ཞན་པའི་སྟབས་ཀྱིས་རེད་སྟེ་མོ། །

མདོ་འཛིན་པ།

ཆན་ལགས་ཀྱིས་དང་པོ་ནད་གང་ཞིག་འབྲུལ་བ་མེད་པར་ངོས་བཟུང་བ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ལ་  
རིན་པོ་ཆེའི་སྤྲོད་ལྟ་སྤྲོད་མུ་ཅ་ཆེན་བསྐྱེད་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་པར་གསུངས་ཟིན། དེས་ན་  
ཆན་ལགས་ཀྱིས་གོང་ཏུ་གསུངས་པའི་འབྲུང་བ་བཞི་ཞེས་པ་རྗེ་ལྟར་ངོས་འཛིན་དགོས་པའི་ཐད་ནས་  
ཅུང་ཅམ་གསུངས་རོགས།

སྟོབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ན་མཁྱིམ་ཐུལ།

འབྲུང་བ་ཞེས་པ་གང་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་ཤིན། གསེ་དཔུང་ཀྱི་གཞུང་ཏུ་རྒྱང་མཁྱིམ་བད་  
ཀན་ཞེས་བཏགས་ཀྱང་། རྗེ་ལ་འབྲུང་བ་བཞི་ཡིན་ཏེ། འབྲུང་བ་ས་ཁུ་གཉིས་ལ་བད་ཀན་ཞེས་  
བཏགས་ཤིང་། འབྲུང་བ་མེ་ལ་མཁྱིམ་པ། འབྲུང་བ་རྒྱང་ལ་རྒྱང་ཞེས་བཏགས་པ་ཡིན་ལ། ཅིའི་ཕྱིར་  
དེ་ལྟར་འདོགས་དགོས་སྟེ་ན། ཕྱི་རོལ་གྱི་མེ་ནི་ཆ་ཞིང་སྟེག་པ་ཡིན་པ་བཞིན་ཏུ་རང་ཅག་གི་ལུས་  
ལ་འང་རྫོད་ཡོད་པ་དང་། འབྲུང་བ་ས་སྟ་ཞིང་འཐས་པ་དང་རྒྱ་རྒྱན་ཞིང་གཤེར་བ་ཡིན་པ་བཞིན་ཏུ་  
རང་ཅག་གི་ལུས་ལ་ཤ་དང་རུས་པ་རྒྱ་རྒྱས། བྲག་དང་རྒྱ་སེར་ཡོད་པ། དེ་བཞིན་འབྲུང་བ་རྒྱང་ནི་  
ཡང་ཞིང་གཡོ་བ་ཡིན་པ་བཞིན་ཏུ་རང་ཅག་གི་ལུས་ཀྱི་བྱ་ག་སྤྲ་རགས་ཀྱན་ཏུ་བྲག་འཁོར་སྐྱོད་བྱེད་  
པའི་ཆ་ཡོད་པས་སོ། །

མན་འཛིན་པ།

རང་ཅག་གི་ལྷན་འདྲི་འབྲུང་བ་བཞི་ལས་གྲུབ་པ་དང་། དེ་ཡང་རྒྱུ་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་  
ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་ན། རང་གི་ལྷན་ལས་ཤ་ལེན་མི་ཅམ་བཅད་ཀྱང་དེའི་ཉིང་ནའང་འབྲུང་བ་བཞི་མོ་  
ཡོད་པ་མེ་རེད།

སྒྲིབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཉ་མགྱིན་བྱུལ།

ཡོད་དེ། རང་ཅག་གི་ལྷན་ནི་མ་དག་པ་ཡིན་པས་འབྲུང་བ་བཞིས་གྲུབ་ཅིང་། འབྲུང་བ་བཞི་ལ་  
བརྟེན་ནས་གནས་པ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱུ་ནི་འབྲུང་བ་བཞིའི་ཆ་ཀྱན་ནས་དག་ཅིང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱར་  
བཞེངས་པ་ཡིན་པས་སོ། །

མན་འཛིན་པ།

འོ་ལགས་སོ། དེས་ན་རང་ཅག་གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་ཏུ་མི་ན་བར་གནས་པར་འདོད་པ་དང་  
ན་བ་གསོ་བར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས་གསོ་བ་རིག་པའི་གནས་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ནི་རང་ཅག་ཐོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཡིན་པར་གསུངས་བཞིན་ཡོད་པ་  
རེད། དེས་ན་ང་ཆོ་མི་སྤྱད་དང་གང་ལ་མཆོན་ནའང་རྒྱ་རྒྱུན་གང་རུང་གི་དབང་གིས་ཅིས་ཀྱང་མཐའ་  
མར་འཆི་དགོས་པ་རེད། དེས་ན་འཆི་བ་ཞེས་པའི་ངོས་འཛིན་ཚུལ་ལ། ཁ་ཅིག་གིས་ཉིང་གི་ལྗོང་  
མཆོམས་བཞག་པ་ནི་འཆི་བར་ངོས་འཛིན་པ་རེད། དེས་ན་རང་ཅག་ཐོད་ལྷགས་གསོ་རིག་གིས་འཆི་  
བའི་ཆད་གང་ལ་ངོས་འཛིན་ནམ།

སྒྲིབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཉ་མགྱིན་བྱུལ།

རང་ཅག་གསོ་རིག་གིས་སྟོག་གི་རྒྱུང་ཞེས་རྒྱུང་སེམས་དབྱེར་མེད་དེ་ཡ་མའི་ཁྱུ་ཁྱག་གི་བར་  
ཏུ་ལྷགས་པ་ནས་ཆོ་སྟོག་གསར་བ་ཞིག་གི་འགོ་བརྒྱུམས་པར་ངོས་འཛིན་ལ། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ལྷན་  
བྱུངས་བརྟན་དང་དྲི་མ་གསུམ་ཉི་གཞི་དུ་ཁམས་བཅུ་ལ་གནས་པའི་རྒྱུང་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་  
གྱིས་བསྟན་པའི་གཞི་དུང་ཉེས་པ་བཅོ་ལྔ་པོ་གང་རྒྱུན་ཏུ་གདོན་བས་སྟོད་གང་རུང་གིས་རང་རང་  
གི་ཐ་མལ་གྱི་ལྗོང་ཆད་ལས་འཕེལ་བུད་འཁྱུགས་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པར་མ་གྱུར་བར་གནས་  
ཤིང་། རང་ཅག་ཉིན་ཞག་ཏུ་དང་རྒྱ་བ་ལོ་རེ་བཞིན་ཀས་པའི་ཏུས་དང་བསྟན་ནས་རྒྱུང་མཁྱིམ་  
བད་ཀན་གསུམ་གྱི་སྟོབས་ཀྱང་རིམ་གྱིས་འགྲིབ་པ་དང་། མཐར་དབྱུགས་ཆད་དེ་རྒྱུང་བསྟན་

ཤིང་། དེ་ནས་ལུས་ཀྱི་དྲོད་ནམས་ཡོངས་སུ་ཉམས་ཏེ་མཁྱིམ་པ་བཟུང་། དེ་ནས་སྒྲིལ་ལེན་ནམ་ཤིང་  
ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤིང་ལ་ཐིམ་ཁིང་། ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤིང་ཉེན་ཡིད་ལ་ཐིམ་། ཉེན་ཡིད་ཀྱང་གཞིའི་ནམ་ཤིང་  
ལ་ཐིམ་ཁིང་། ཀྱང་གཞིའི་ནམ་པར་ཤིང་པ་དང་སྒྲིག་གི་རྒྱུད་གཉིས་དབྱེར་མེད་རྩ་གཅིག་ཏུ་འཕྲོས་  
ཡོད་པ་གང་ལུས་དང་ཁ་བྲལ་བའི་དུས་ལ་འཆི་བ་ཞིས་ངོས་འཛིན་པར་བྱའོ། །

### ཁག་གཉིས་པ།

#### མཛད་འཛིན་པ།

དེང་རབས་གསོ་རིག་གིས་རང་ཅག་གི་ལུས་ལ་བྱུང་བའི་ནད་དེ་ལྟ་མཛོད་ཆེ་ཤིང་སྔགས་ལ  
བརྟེན་ཏེ་གཟུགས་ཅན་ཞིག་ཏུ་ངོས་བཟུང་ཐོས། ད་གཞིན་བཤགས་པའམ། གཙོད་པའམ། འབྱུང་  
བའམ། འབྱུད་པའམ། འབྱིན་པ་གང་རུང་གི་དབྱུད་ལག་ཏུ་བསྟར་གྱི་འདུག་པ་རེད། དེས་ན་ཆོས་  
ལགས་ཀྱིས་འདིའི་ཐད་ལ་དགོངས་བཞིས་གང་འདྲ་གནང་གི་ཡོད་དམ། རང་ཅག་པོད་ལྷགས་གསོ་  
རིག་པར་ནད་ཞིས་པ་དེ་ལ་མཛན་ཉིད་ཅི་ལྟར་འཛོག་པ་ཡིན།

#### སྤྱོད་དཔྱད་ཆེན་མོ་ན་མཁྱིན་བྱལ།

དེ་ལ་རང་ཅག་གསོ་རིག་གི་གཞུང་ཏུ་སྟུན་ལ་ཁྱིམ་དང་སྤྱོད་ཀྱི་སྔགས་དབྱེ་བ་མང་དུ་  
ཡོད་ལ། ནད་གང་ཞིག་ཁྱིམ་དུ་ཀྱུན་གྱིས་རང་གནས་སུ་ཁྱི་བར་རུས་ན་རབ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་  
ཡིན་པར་རང་ཅག་གི་ལུས་ལ་ལྟན་སྐྱེས་སུ་ཡོད་པའི་དོན་ལྟ་སྤྱོད་ཀྱི་སྔགས་གང་རུང་འབྱུང་གཙོད་  
འབྱིན་པ་སྔགས་ཀྱི་དབྱུད་ལ་བརྟེན་ཏེ་སེལ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐབས་རྒྱགས་པ་ཞིག་ཡིན། སྤྱིར་གསོ་  
རིག་པ་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་སོ་སོས་ནད་ངོས་འཛིན་ཚུལ་མི་འདྲ་སྟེ། རང་ལྷགས་ལ་ནད་ཅས་པ་རྒྱབ་  
རྒྱུ་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་ཏེ། རྒྱ་མཛན་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྒྱུད་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་མཛན་ཉིད་  
ཉི་ཤུ་ནི་རིག་བྱ་ཡིན་ལ། རིག་བྱ་ལས་ཆོར་བ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ། དུལ་དབང་ཤིས་གསུམ་གཞི་གཅིང་  
ཏུ་འཛོམས་པ་ལ་རིག་བྱ་ཞིས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་དཔེར་ན། རང་ཅག་གི་ལག་པར་ཆོར་མ་ཞིག་རྒྱག་པའི་  
དབང་ཏུ་བཏང་ན། ཆོར་མ་ནི་ཡུལ་ཡིན་ལ། ལག་པར་ལུས་ཀྱི་དབང་བོས་ཡོངས་སུ་བྱུང་པས་དབང་  
བོ། ལུས་ནི་དབང་བོ་ལ་བརྟེན་པས་དེ་གསུམ་གྱིས་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བ་ནི་ཆོར་བའོ། །དེས་ན་རྒྱུད་  
མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་མཛན་ཉིད་ཉི་ཤུ་བོ་ལུས་ཀྱི་སྦྱོང་བྱ་ཡིན་ཁིང་། ལུས་ཀྱིས་སྦྱོང་བའི་སྐབས་  
སྤྱོད་པ་ཡིན་ལ། ཆོར་བ་ནི་རྒྱག་རྒྱུ་ཡིན་ཁིང་། རྒྱག་རྒྱུ་དེ་དོན་གྱིས་ནད་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར། ནད་



བྱ་མཁུ་པ་ཡིན་ལ། རྣམ་པར་གྱུར་བའི་སྐབས་ལྷ་ལྷས་ཀྱི་བར་དུ་འབབ་ཅིང་མཁུ་པ་འབྱུགས་པས་  
བྱེད། དེ་བཞིན་འོག་གཏོན་ཀྱང་འབབ་ཀྱིན་ཞིང་། དེའི་ལག་ཆ་ལྷ་བྱ་བད་ཀན་ཡིན་ཞིང་། རྣམ་  
པར་གྱུར་སྐབས་ལྷ་ལྷས་ཀྱི་སྐད་དུ་འབབ་ཅིང་བད་ཀན་འབྱུགས་པར་བྱེད། དེ་ལྟར་ནད་གང་ལྟར་  
ཡང་རྒྱང་མཁུ་པ་བད་ཀན་གསུམ་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཉི་ཤུ་ཉིད་དུ་འབབ་དགོས་པས། མཚན་ཉིད་ཉི་ཤུ་  
ཇི་ལྟར་བཞིན་མ་ཤེས་ཆོག་ཉིན་པོ་ནད་ཇོག་དུ་འབབ་དགའ་ལོ། །

མདོ་འཛིན་པ།

ང་རང་ཆོའི་ལུས་མ་བདེ་ཆོ་སེམས་ཀྱང་མི་བདེ་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ལ་སྒྲུན་བཏང་བས་ལུས་  
བདེ་བར་འགྱུར་བ་ནི་ལུས་དང་སྒྲུན་གཉིས་གཟུགས་ཡིན་པས་ཕན་ཚུན་གནོད་བྱར་བྱང་བ་ཡིན་  
པས། ཕན་དུ་ཐིན་ཀྱང་། འོ་ན་སེམས་ནི་ཤེས་པ་ཡིན་ལ་སྒྲུན་ནི་གཟུགས་ཡིན་པས་གཟུགས་ཀྱིས་ཤེས་  
པར་ཕན་གནོད་ཀྱི་དོན་བྱེད་ཅུས་མིན་ཀྱི་ཐད་ལ་ཆན་ལགས་ཀྱིས་དགོངས་བཞིས་གང་འདྲ་གནང་ཅི་  
ཡོད་དམ།

རྒྱུ་དངོན་ཆེན་མོ་རྟ་མཁུ་པ་ལྟུང་།

དོགས་པ་དེ་ང་ལ་སྒྲུ་མོ་ནས་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་སྤྱིར་ནད་བྱུང་བའི་ནད་པ་ཞིག་ལ་ཨ་གར་སོ་ལྷ་  
གཏོང་བའི་དབང་དུ་བཏང་ན། ཨ་གར་སོ་ལྷ་གཟུགས་ཡིན་ལ། དེས་སྒྲོག་གི་རྒྱང་ཞིས་རྒྱང་དང་ཤེས་  
པ་གཉིས་དབྱེར་མེད་དུ་གནས་པའི་ཆའི་རྒྱང་ལ་ཕོག་ཅིང་། རྒྱང་དེ་གཟུགས་ཡིན་པས་གཟུགས་ནས་  
གཟུགས་ཕན་ཚུན་གནོད་བྱར་བྱང་བས་དེས་རྒྱང་དེ་ཉིད་འཕེལ་བ་འགྲིབ། ཟད་པ་གསོས། འབྱུགས་  
པ་བཞེབས་ཏེ་རང་མལ་དུ་སོར་རྒྱུད་པའི་དུས་ན། སེམས་ཀྱང་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་བདེ་བར་འགྱུར་  
ཏེ། ཨ་གར་སོ་ལྷས་ཐད་ཀར་དུ་སེམས་ལ་ཕན་གནོད་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། རྒྱང་སེམས་གཉིས་རྟེན་  
དང་བརྟེན་པའི་ཚུལ་དུ་གནས་པས། རྟེན་རྒྱང་སྟོམས་པར་གྱུར་ན་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་ཀྱང་བདེ་  
བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་གི་ཚུལ་གྱིས་ཕན་པ་མ་གཏོགས། མཐའ་གཅིག་དུ་ཨ་  
གར་སོ་ལྷས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་ཕན་གནོད་གང་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

མདོ་འཛིན་པ།

ཐོད་ལུགས་གསོ་རིག་གིས་གསོ་བྱའི་ནད་འབྱུང་བ་བཞིས་བསྐྱེད་པ་དང་། དེ་གསོ་བའང་འབྱུང་  
བ་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་གསོ་དགོས་པར་བརྟེན་ཀྱི་ཡོད་པས། དེས་ན་བྱའི་འབྱུང་བ་དང་ནད་གི་འབྱུང་



ཐུགས་བཞུ་དང་སྒྲིགས་ཀྱིས་ནས་ཆུ་ཁབ་གང་མེད་ཀྱི་གཤེར་ཁྱུང་ཆུ་མ་པ་ལས་གཞན་དུ་འགྱུར་  
 བྱེད་དང་དབྱེར་མེད་དུ་འདྲིས་ཤིང་དང་ས་མར་གྱུར་བས་ནད་གང་གི་གཞུང་པོར་གྱུར་བ་ཡིན། དེ  
 ལྟར་ན་ཆུ་ཁབ་དེ་ཡང་གསེར་གྱི་གཞན་ཀྱིས་རྒྱང་མཁྱིམ་པ་དང་ཀན་ཞིས་བཞེད་མ་རྒྱས་པར་མིང་ཅིག  
 གི་ཐུ་ཐུང་མོགས་ལྟ་ཆོགས་ཤིག་བཏགས་ཡོད་ཀྱང་། དོན་ལ་ཉེས་པ་གསུམ་པོ་དེ་དང་མི་འབྲེལ  
 ཐབས་མེད་ཡིན་ཏེ། དེང་རབས་གསེར་གྱིས་བཞེད་པའི་ཐུ་ཐུང་གང་ཞིག་འགྲུལ་རྒྱུད་ཀྱིས་ག  
 གི་རྒྱང་གི་ཐུང་ལས་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཉིད་འབྲུ་ཞིང་ཇུས་གཞན་དང་འདྲིས་པ་ནི་མཁྱིམ་པའི་ཐུང་  
 ལས། ཐུ་ཐུང་གང་རང་ཆོགས་ཐུབ་པར་གནས་པ་ནི་བད་ཀན་གྱི་ཐུང་ལས་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཐུར། རང་ཅག་གསེར་གྱི་གཞུང་ལག་ལེན་དང་བཅས་པ་དཔྱིས་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཐུང་  
 ཆོ། གཞན་ལ་འགྲམ་ཆུ་ལྟར་མི་དགོས་པར་རང་ལྷགས་དྲི་མ་མེད་པ་ཞིག་འཛིན་ཐུབ། འོན་ཀྱང་ལྟར་  
 ཇུས་ཀྱི་ཐུང་ནས་བཤད་ན། མི་ཤེས་ཐུང་པོའི་ལག་ལེན་གྱིས་ནོངས་པའི་ཉེས་པ་སྒྲུན་ལ་འཛིན་པ་ན  
 གཏོགས་ཐོན་ཐོན་ཡབ་མེས་ནམ་དུང་ཅན་དག་གིས་བཅམས་པའི་གཞུང་ལྷགས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་  
 ཐུས་ན་ནི་གཞུང་གཞན་ལ་རེ་དགོས་པ་ཞིག་ཡི་མ་ཡིན་ནོ། །

མདུན་འཛིན་པ།

དོ། ལགས་སོ། དེང་སྐབས་ཆོང་དང་ཁེ་ལས་སོགས་ཀྱི་ཆེར་དར་བ་དང་། ཡང་ན་ཕྱི་ཁོར་ཕྱག  
 གི་འགྱུར་ཐོག་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་སྒྲུན་ཇུས་གང་གསེབ་རིག་པའི་གཞུང་དུ་ཇི་ལྟར་བརྟན་པ་  
 བཞིན་ལག་དུ་མ་སྒྲངས་པས། སྒྲུན་གང་གི་རྒྱས་པ་ཚུལ་བཞིན་མི་ཐོན་པ་ནི་ཁོར་ཕྱག་གི་དབང་ལས  
 ཐུང་བ་ཡིན་ནམ།

སྐབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ན་མཁྱིམ་ཐུལ།

དེ་ནི་ཁོར་ཕྱག་གི་དབང་གིས་ཡིན་ཏེ། མི་འགའ་རེས་དེང་སྐབས་ཆོན་རིག་ལག་ཚུལ་ཀྱི་  
 ཆེར་དར་བ་དང་བརྟན་ནས་ཕྱི་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་འཕྱགས་སྒྲུན་ཀྱི་ཆེར་བྱེད་པའི་སྐབས་  
 འདིར། རང་ཐུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་གཏེར་ཁ་ཐོག་འདོན་དང་བཟོ་བྱ་ལས་ཐོན་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་མོགས་  
 ཀྱིས་རང་ཐུང་གི་སྒྲུན་ལྟ་དང་འབྲུ་སྒྲུ་སོགས་ཀྱི་བཅུད་སྤར་ལས་ཉམས་བཞིན་ཡོད་པས། སྒྲུན་རྒྱུར་  
 གང་གིས་ནད་གང་ལ་དེ་འདྲ་པན་ཐོགས་ཀྱི་མེད་པའི་སྤང་ཚུལ་འདི་ཐུང་བ་རེད། དེའི་ཐུར། ར་  
 ཆོས་ཁོར་ཕྱག་སྤང་རྒྱུ་ཅས་བཞེད་པ་དེའང་བོད་ལྷགས་སྒྲུན་ཇུས་དང་སྤར་ནས་བཤད་ན་ཏེ་ཅང་  
 བོས་ཤིང་འཆམ་པར་སྟོམ་ཏེ། གཞན་གྱིས་ནི་ཁོར་ཕྱག་སྤང་རྒྱུ་ཅས་ཁོར་ཕྱག་ཐོ་ལྟར་ཅན་དུ་བརྟན་



འབྲུལ་ཆས་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟར་ན་ནི་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མི་འདུག་ལ། མ་མཐོང་བ་གང་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱུང་ནི་  
 བྱེད་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་བཞོང་བ་རྩལ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་ནི་ལྷན་འདར་བ་དང་། ཤེས་པ་འབྲུ་བ། མཚན་  
 ལྟ་འཁོར་བ། མཚན་གཉིད་རྒྱུད་བ་སོགས་མི་བདེ་བའི་ཆོར་བས་ཀྱན་ནས་མནར་བ་ནི་ནད་པའི་  
 རྣམ་ཐོར་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་མཛོན་སྤྲུལ་ཡིན་པས། དེ་ལ་རང་ཅག་གི་གསོ་རིག་གིས་ནི་རྒྱུད་ཞེས་ནད་  
 རྣམས་ཀྱན་གྱི་སྤྱི་འདེན་དང་མཐུག་ཏུ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ཤུ་མཐོང་མེ་ལོང་གིས་མ་མཐོང་བ་མ་  
 གཏོགས་གཏན་ནས་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་རྒྱུད་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ་པོ་ཤུ་མཐོང་མེ་ལོང་སོགས་ཀྱིས་ཅིའི་ཕྱིར་མ་མཐོང་བ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། དེ་དག་ནི་རིག་བྱ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་པར་ཁབ་ཅིག་གིས་གཙག་  
 པར་ཆ་བཞག་ན། བ་རྩལ་གི་ཆོར་བ་མི་བདེ་བ་འབྱུང་བ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉམས་སུ་སྤྱོང་བ་མ་  
 གཏོགས། གཞན་གང་གིས་མཐོང་དུ་མེད་ལ། དེས་ན་ན་རྩལ་གི་ཆོར་བ་དེ་མ་མཐོང་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་  
 བྱུང་ཏེ་རང་ལ་ན་རྩལ་གི་ཆོར་བ་མི་འབྱུང་ཞེས་སྤྱོད་ཀྱང་བཞོང་མི་རུས་པས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ། དཔེར་ན། ང་ཆོར་མཛོན་སྤྲུལ་དུ་སྤང་བའི་སྤྲུལ་ལྟ་བུར་མཚན་ན། དེ་ནི་ནད་ཅིས་  
 མཚན་ཉིད་ཉི་ཤུའི་བདག་ཉིད་ཅན་རྒྱུད་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་རྟེན་ཡིན་པ་ལས། བྱེད་ཀྱི་རོ་  
 མིན་ཏེ། བྱེད་ནི་རྩལ་རྩ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱེད་ཀྱི་རྟེན་ནི་མི་ཤི་བའི་དབང་དུ་བཏང་ནའང་ཤེས་པའི་  
 རྟེན་དུ་གནས་ལ། སྤྱོད་པ་དེར་ནད་པས་ཉམས་སུ་སྤྱོང་མི་རུས་ཏེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རིག་བྱ་བལྟས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། ལྷན་གྱི་འབྱུང་བའི་ཁམས་དང་དབང་པོ་རྣམས་བལྟས་ཟིན་པས་སོ། །

དེའི་ཕྱིར། བྱེད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་གནས་ལ་འཐུག་མཁན་གང་ཞིག་ལ་མཚན་ནའང་། ཐོག་  
 མར་གྲུབ་པ་ལྷན་གྱི་གནས་ནས་བཟུང་ཉི་རྒྱུད་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ་པོས་འཛིན་ལེགས་པོ་གནང་  
 དགོས་པ་མ་ཟད། རྒྱུད་པར་དུ་རྒྱུད་མཁྲིས་བད་ཀན་གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཉི་ཤུ་རྣམས་པན་ཚུན་གྱི་  
 རིས་སོ་སོར་མ་འདྲེས་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་མང་གཞིའི་རྟེན་པོ། མཚན་ཉིད་ཉི་ཤུ་པོ་དེ་ལའང་རང་  
 ཉིད་ཀྱི་རྣམ་དཔྱད་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲིང་ཞིབ་ཞིབ་པར་དབྱེ་ལ། དེ་དག་གི་གཉེན་པོ་ནི་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་  
 རྣམས་འཛོལ་དགོས་ཏེ། སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱི་རྩ་བའི་རོ་རྩལ་གི་ནང་མ་འདུས་པ་མེད་དེ། དེའང་རྒྱུད་ལས། ས་  
 རྒྱུ་མི་ས་རྒྱུ་མི་རྒྱུ་དང་རྒྱུད་། མི་རྒྱུད་ས་རྒྱུད་གཉིས་ཀྱིས་རོ་རྩལ་བསྐྱེད། ཅེས་གསུངས་པའི་རིགས་  
 ལམ་གྱིས་སྤྲུལ་ནད་ལེགས་པར་སྤྱོད་རྒྱ་གལ་ཆེའོ། །

མདོ་འཛིན་པ།

འོ། ལགས་སོ། སྤྱིར་ཀན་བྱེད་ལ་མཚན་ན་བྱེད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་དང་། བྱེད་དོན་རིག་པའི་

གཞུང་གཉིས་ལ་སློབ་སྦྱོང་གནང་མཁན་ཞིག་རེད། དེས་ན་ནང་དོན་རིག་པ་ཉིད་གསོ་བ་རིག་པ་འི་  
ཤོགས་སྒྲིལ་རྩ་ལྟར་འགྲོ་གི་ཡོད་པའི་ཐད་མདོར་བསྟུན་ཅིན་གསུང་རོགས་མཛོད།

དགེ་ཅན་ཆེན་མོ་རྩ་མཁྱིམ་རྒྱལ།

ང་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིང་ཆོར་ལྟར་ན། ནང་དོན་རིག་པར་གཞི་ཕུང་ཁམས་སྒྲེ་མཆེད་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་  
རྣམས་ཤེས་པའི་མང་གཞིའི་ཉིང་རིམ་བཞིན་གཞུང་རབ་དང་རིམ་པར་འབྱུག་དགོས་ལ། དོན་གྱིས་  
རྒྱས་གྱི་ས་ཐོབ་པ་ལ་དགོས་པའི་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་མ་ཆང་བ་རྣམས་ཆང་དགོས་ཚུལ་དང་། ཆང་  
བ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་དགོས་པར་བཏུན་ཡོད་ལ། གསོ་བ་རིག་པས་ནི་མི་ན་བར་གནས་  
པ་དང་ན་བ་གསོ་བའི་དོན་རྣམས་ཞིབ་ཅིང་སྤྲོ་བར་སྟོན་གྱི་ཡོད། འོ་ན་ནང་དོན་རིག་པ་ནི་གསོ་བ་  
རིག་པའི་ཤོགས་སྒྲིལ་རྩ་ལྟར་བ་ཡིན་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་གི་ཕུང་ཁམས་  
སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་རྩ་ལྟར་བ་བཞིན་ལེགས་པར་རྟོགས་ཆོ། གསོ་བ་རིག་པའི་གཞུང་གི་བྱ་བ་  
པ་ལུས་ཀྱི་གནས་སྤྲོ་ཞིབ་ཞིབ་པར་རྟོགས་རུས་ཏེ། རྒྱ་མཚན་ནི་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་གི་དོན་  
རྣམས་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་སྤྲོ་མཐོང་མེ་ལོང་སོགས་གྱིས་མཐོང་དུ་མེད་ལ། ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་  
ཅེ་གསང་སྤགས་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་བར་མཚན་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་པར་བྱེད་ལ། ས་སྒྲུ་པམ་ཆེན་  
གྱིས། མཚན་ཉིད་གོ་བྱེད་དོན་གྱི་ཆོས། །མཚོན་བྱ་གོ་བྱེད་སྟོ་ཡི་ཆོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལ། དེ་  
བཞིན་རང་ཅག་གསོ་བ་རིག་གི་གཞུང་དུ་འང་མཚན་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུང་མཁྱིམ་བད་ཀན་གསུམ་  
གྱིས་མཚོན་པའི་དོན་རྣམས་གོ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱུང་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། རྒྱུ་པ་དང་ཡང་  
བ། གྲང་བ། སྤ་བ། སྤ་བ། གཡོ་བ་བཅས་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱུར་བྱུག་ལ་བརྟེན་ན་རྟོགས་སྤྲོ་ལ། ཡང་  
བྱུ་པ་ལུས་ཀྱི་གནས་ལས། རང་གི་སེམས་ལས་དབང་བོའི་རྣམ་ཤེས་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པར་  
མཚོན་ན། གསོ་བ་རིག་གཞན་གྱིས་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཕུང་བོ་དང་། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་བོ་ཡོད་པར་  
ཁས་མི་ལེན་ལ། གལ་ཏེ་ཕུང་ཁམས་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འདི་རྩ་ལྟར་བ་བཞིན་ལེགས་པར་རྟོགས་  
ཆོ། རང་གི་སེམས་ལས་དབང་བོའི་རྣམ་ཤེས་འབྱུང་། །ཞེས་པའི་གསུངས་པའི་སྐབས་ཀྱི་རང་གི་  
སེམས་ཞེས་པ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ནི་རྣམ་ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་ལས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་མ་བཟང་བའི་གཞན་བདུན་བོའི་བྱ་བ་བྱེད་ཡིན་ལ། ཀུན་གཞིའི་ཁམས་ལས་མིག་གི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་སྟེ་གསལ་རིག་གི་རྣམ་པ་སྦྱེས་ཤིང་། དེའི་བག་ཆགས་ཀུན་གཞིའི་ཁམས་ལ་བཞག་ཡོད་  
པས། ཀུན་གཞི་དེ་ལ་འང་ཀུན་གཞིའི་ཁམས་ཞེས་བཛོད་དགོས་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་རྣམ་ཤེས་གཞན་

འཕྲིན་ལྷན་ཁང་གི་འཕྲིན་ལྷན་ཁང་

བདུན་པའི་རྒྱུ་ལ་ཁྱེད་གཞིའི་ཁམས་སུ་ས་བོན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ནང་དོན་རིག་པའི་  
གཞུང་ལ་མ་བརྟེན་ན། གསེ་བ་རིག་པའི་གཞུང་དུ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་  
ཁྱད་ཕྱིན་ཏེ་ཁྱེད་གཞི་སོགས་དེ་ལྟར་གསལ་བོར་བསྟན་མེད་པས། ཐུང་བོ་ལྟའི་རྣམ་གཞག་ཙམ་གྱིས་  
པས་ཀྱང་གསེ་བ་རིག་པའི་གཞུང་གི་དཀའ་གནད་མང་པོ་ཞིག་ལེགས་པར་གྲོལ་རྒྱས་སོ། །

མདོ་འཛིན་པ།

འོ། །ལགས་སོ། བཀའ་དྲིན་ཆེ། མཐུག་མཐར་ངས་འདིར་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལྟ་མཁན་རྣམ་པའི་ཆབ་བྱས་  
ཏེ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཐོད་ལྷགས་གསེ་བ་གི་གདམས་པ་མང་པོ་གནང་བ་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ་བ་དང་  
ཆབས་ཅིག་ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱོ་ཆེ་རྒྱལ་མཆན་བརྟན་པའི་བཀྲ་ཤིས་སྟོན་འདུན་ལྷན་པ་ཡིན།



阿如拉 ARUPA